

Edukasi Penggunaan Suplemen Kesehatan dan Potensi Beberapa Jenis Tanaman sebagai Imunomodulator di Kelurahan Palangka

Elsa Trinovita*¹, Fatmaria²

^{1,2} Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Palangka Raya

*Penulis korespondensi: elsa3novita@gmail.com

Received: 13 Agustus 2022 / Accepted: 20 Oktober 2022

Abstract

Excessive consumption of health supplements and herbal medicines can cause unwanted effects on the body. Temulawak, turmeric, ginger, and others can have pharmacological activity, so the community can use them as a preventive measure. Therefore, the role of health workers is needed in providing health education to the community. Implementation of activities in Palangka Village, Palangka Raya City in the form of counseling, distribution of pocketbooks, evaluation in the form of pre-test/post-test, and feedback. The implementation of this activity went smoothly with effective communication interactions between resource persons and activity participants. This activity provides positive benefits for the community in increasing knowledge and understanding related to scientific information conveyed by resource persons.

Keywords: Covid-19; Immunomodulator; Supplements; Plants

Abstrak

Mengonsumsi suplemen kesehatan dan obat berbahan herbal secara berlebihan dapat menimbulkan efek yang tidak diharapkan bagi tubuh. Temulawak, kunyit, jahe dan lain-lain dapat mempunyai aktivitas farmakologik sehingga dapat digunakan oleh masyarakat sebagai tindakan preventif. Oleh karena itu, diperlukan peranan tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi kesehatan ke masyarakat. Pelaksanaan kegiatan di Kelurahan Palangka, Kota Palangka Raya dalam bentuk penyuluhan, pembagian buku saku, evaluasi dalam bentuk pre-test/pos-test dan umpan balik. Pelaksanaan kegiatan ini berjalan dengan lancar dengan adanya interaksi komunikasi yang efektif antara narasumber dan peserta kegiatan. Kegiatan ini memberikan manfaat positif bagi masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dan pemahaman terkait informasi ilmiah yang disampaikan oleh narasumber.

Kata kunci: Covid-19; Imunomodulator; Suplemen; Tanaman

1. PENDAHULUAN

Kasus COVID-19 sebagai permasalahan kesehatan global dan hal ini dimulai dari kasus terkait wabah pneumonia yang tidak diketahui penyebabnya di Kota Wuhan, Provinsi Hubei yang terus meningkat hingga laporan kematian dan kemunculan kasus yang sama di luar China (WHO, 2020). Berdasarkan data lapangan satuan tugas COVID-19 Kota Palangka Raya update 29 Agustus 2021 di Kelurahan Palangka menunjukkan sebaran jumlah kasus aktif zona hijau sebesar 9 rumah, zona kuning sebesar 13 rumah dan zona merah sebesar 9 rumah. Kelurahan Palangka termasuk salah satu kelurahan di kota Palangka Raya yang berada di zona merah.

Salah satu upaya untuk menekan kasus pasien yang terinfeksi COVID-19 dengan mengonsumsi suplemen kesehatan dan obat berbahan herbal sehingga dapat terhindar dari berbagai penyakit (BPOMRI, 2020). Menurut observasi yang dilakukan khususnya di Palangkaraya, banyak masyarakat yang mengonsumsi suplemen makanan dan menggunakan tanaman seperti jahe, temulawak dan kunyit sebagai imunomodulator. Informasi yang tersedia untuk umum tentang penggunaan suplemen makanan dikatakan dapat mencegah dan mengatasi COVID-19. Berbagai situasi menimbulkan permasalahan selama masa pandemi COVID-19, salah satunya minimnya informasi di masyarakat, dan tanpa adanya pembinaan resmi, mudah menerima berita dan informasi palsu. Akibatnya, masyarakat tidak dapat memperoleh akses yang memadai terhadap intervensi preventif yang dapat dilaksanakan sejak dini, memerlukan prosedur dan gagasan yang dapat mengefektifkan kebijakan pemerintah sejalan dengan praktik yang ada di masyarakat (Juaningsih et al., 2020).

Berbagai upaya telah dilakukan pemerintah Indonesia untuk menekan kasus COVID-19, antara lain dengan memberlakukan protokol kesehatan misalnya dengan penggunaan masker yang benar dan pembatasan sosial secara masif (Sutaryono et al., 2020; Syapitri et al., 2020). Oleh karena itu, perlunya kesadaran masyarakat dan sistem kesehatan yang baik (Putri, 2020). Selain itu, Indonesia juga meningkatkan seruan karantina wilayah secara besar-besaran, pembatasan dan pemberlakuan aktivitas di rumah, peningkatan pelayanan kesehatan, dan peningkatan ketersediaan alat pelindung diri bagi masyarakat maupun tenaga kesehatan (Setiati & Azwar, 2020). Pencegahan dalam penularan COVID-19 dapat dilakukan dalam bentuk pemberian edukasi (Sampurno et al., 2020). Informasi yang baik merupakan informasi terkini dan terpercaya. Sosialisasi yang baik dilakukan agar masyarakat mampu beradaptasi dengan pandemi saat ini. Selain itu, dengan menjaga kesehatan tubuh dengan mengkonsumsi obat-obatan herbal tradisional untuk menjaga daya tahan tubuh, dapat dilakukan upaya pengobatan dan pencegahan oleh masyarakat. Kencur, jahe, temulawak merupakan contoh tanaman empon-empon merupakan bagian dari jamu tradisional yang dapat digunakan sebagai imunomodulator (Hartanti et al., 2020). Berdasarkan laporan pada Kelurahan Palangka menunjukkan bahwa wilayah Kelurahan Palangka termasuk dalam peta zona merah sebaran kasus COVID-19 di Palangka Raya hal ini berarti menunjukkan masih rendah tingkat kesadaran masyarakat di Kelurahan Palangka. Kegiatan pengabdian ini bertujuan sebagai bentuk komunikasi ilmiah ke masyarakat terkait penggunaan suplemen kesehatan yang tepat dan rasional serta jenis-jenis tanaman yang mempunyai aktivitas sebagai imunomodulator.

2. METODE

Peserta kegiatan berjumlah 15 orang dan tempat pelaksanaan kegiatan ini di di Aula Kelurahan Palangka Kota Palangka Raya pada tanggal 15 Oktober 2021. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah sebagai berikut.

Tahapan Awal Kegiatan

Survei lokasi pengabdian dilakukan oleh tim pengabdian FK UPR untuk mengumpulkan informasi tentang masalah kesehatan yang muncul di daerah tersebut, kemudian dilakukan penyusunan proposal kegiatan berdasarkan permasalahan tersebut dan melakukan proses persetujuan dengan pemangku kepentingan.

Tahapan Dalam Pelaksanaan Kegiatan

Beberapa tahapan dalam pelaksanaan kegiatan sebagai berikut.

- a. Pemberian *pre-test* melalui link *google form*. Hal ini sebagai bentuk evaluasi tingkat pemahaman peserta kegiatan terhadap materi yang diberikan oleh narasumber FK UPR.
- b. Penyuluhan dilakukan oleh tim pengabdian FK UPR dengan memaparkan materi terkait penggunaan suplemen kesehatan dan contoh-contoh jenis tanaman yang berperan sebagai imunomodulator. Penyuluhan ini disertai dengan dialog interaktif dalam bentuk sesi tanya jawab dengan peserta kegiatan ini.
- c. Evaluasi terhadap materi yang diberikan oleh narasumber bertujuan untuk mengukur pencapaian pemahaman materi kegiatan dengan pemberian *post-test* dimana masyarakat akan mengisi beberapa pertanyaan

Tahapan Dalam Pelaporan Akhir Kegiatan

Bentuk pertanggungjawaban tim pengabdian FK UPR dalam bentuk laporan akhir dan laporan keuangan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan Pengabdian ini dilakukan di Aula Kelurahan Palangka tanggal 18 Oktober 2021. Kegiatan ini dihadiri 15 orang peserta kegiatan dengan tetap menaati prokes ketat dengan memakai masker selama pelaksanaan kegiatan dan jarak antar peserta. Kegiatan ini dibuka dengan kata sambutan dari pihak Kelurahan Palangka yang diwakili oleh Ibu Wanira selaku kepala seksi kesejahteraan sosial Kelurahan Palangka. Penyuluhan terkait materi dengan topik “Bijak Konsumsi Suplemen pada Masa Pandemi Covid-19” disampaikan oleh Elsa Trinovita, M.Si., Apt. Sesi foto bersama seperti disajikan pada Gambar 1.



Gambar 1. Dokumentasi Tim Pengabdian FK UPR dan Peserta Kegiatan

Selanjutnya, dilakukan pembagian buku saku atau *booklet* sebagai media edukasi bagi seluruh peserta kegiatan (Gambar 2). Buku saku ini memuat materi terkait jenis-jenis tanaman yang mempunyai aktivitas sebagai imunomodulator dan program kesehatan 5-M. Booklet yang memuat berbagai informasi akan diberikan kepada masyarakat umum (Nurbaety et al., 2021).



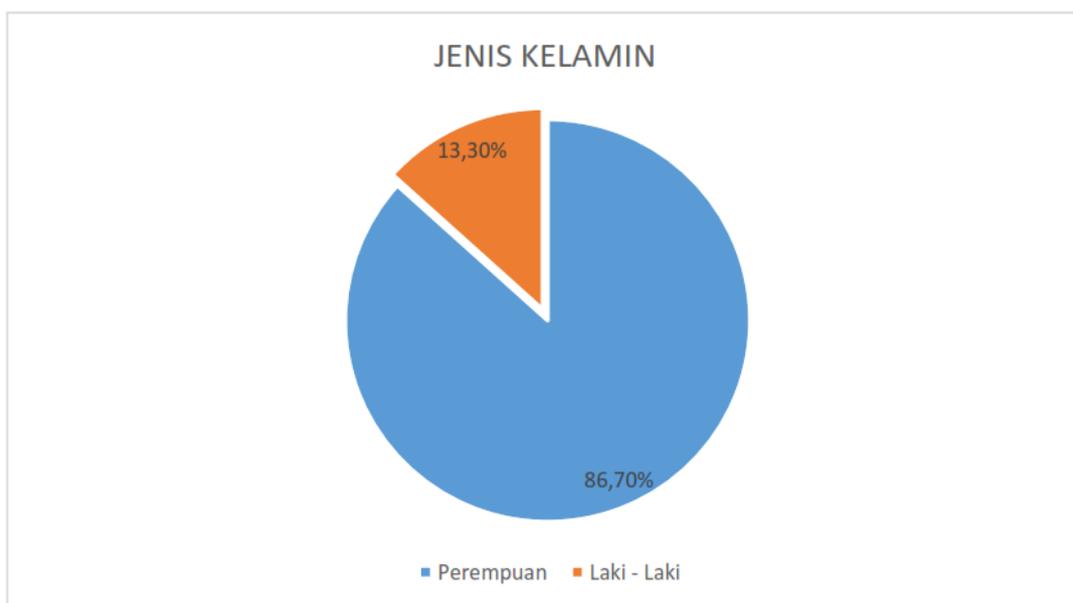
Gambar 2. Buku Saku

Kesehatan fisik individu merupakan salah satu upaya pencegahan untuk meningkatkan ketahanan masyarakat, misalnya dengan kebiasaan pola hidup sehat (BPOMRI, 2020). Suplemen sebagai salah satu produk berbentuk sediaan tablet, pil, cairan,

serbuk, atau setengah padat yang dikonsumsi dan bertujuan melengkapi kebutuhan asupan gizi makanan yang mengandung beberapa jenis vitamin, mineral, asam amino atau pun bahan-bahan lainnya baik yang berasal dari tumbuhan atau bukan dimana pada konsentrasi tertentu memberikan dampak fisiologis pada tubuh (Mukti, 2020; Saragih & Mesnan, 2017). Senyawa aktif yang terkandung di suplemen dapat memberikan efek yang tidak diharapkan pada tubuh apabila tidak dikonsumsi secara tepat (Ningsih et al., 2021). Sebaiknya suplemen dapat dikonsumsi sesuai dengan kebutuhan tubuh karena apabila mengonsumsi suplemen secara berlebihan dapat menyebabkan efek pada tubuh, misalnya gangguan pencernaan seperti diare serta keracunan (Antari et al., 2021). Menjaga kesehatan tubuh dengan cara mengonsumsi obat-obatan herbal tradisional untuk menjaga daya tahan tubuh dapat dilakukan sebagai upaya pengobatan dan pencegahan oleh masyarakat yang banyak terdapat di sekitar rumah dan di pekarangan (Hartanti et al., 2020).

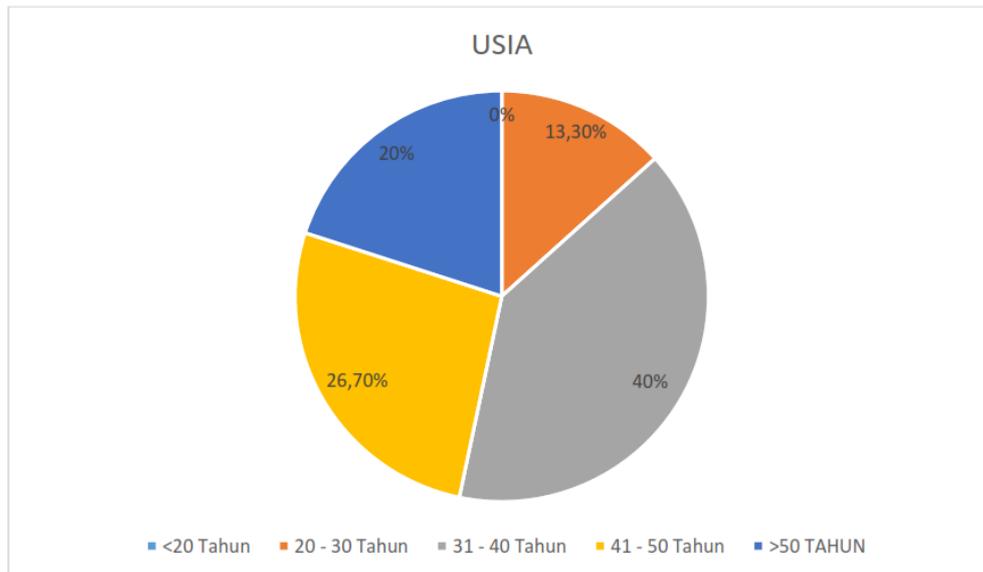
Pemberian edukasi kepada masyarakat dilakukan karena kurang pemahannya terkait penggunaan suplemen yang banyak beredar di pasaran. (Nurbaety et al., 2021). Edukasi bertujuan sebagai pemberian informasi yang akurat, objektif, dan tidak menyesatkan sehingga masyarakat dapat lebih memahami COVID-19 dan hal ini sebagai salah satu tindakan untuk memutuskan rantai penularan COVID-19 (Sampurno et al, 2020). Sosialisasi bertujuan untuk mengubah perilaku masyarakat melalui penyebaran informasi lisan dan tertulis, komunikasi, motivasi dan edukasi oleh staf konseling (Notoatmodjo, 2012).

Kegiatan PKMS ini berjalan dengan lancar dengan adanya dialog interaktif berupa sesi diskusi antara peserta dan narasumber FK UPR. Selanjutnya dilakukan refleksi umpan balik berupa pengisian evaluasi kegiatan dalam bentuk link *google form*. Hasil evaluasi kegiatan terkait karakteristik peserta kegiatan berdasarkan jenis kelamin yang menunjukkan kegiatan ini didominasi diikuti oleh perempuan (86,70%) dibandingkan laki-laki (13,30%) (Gambar 3).



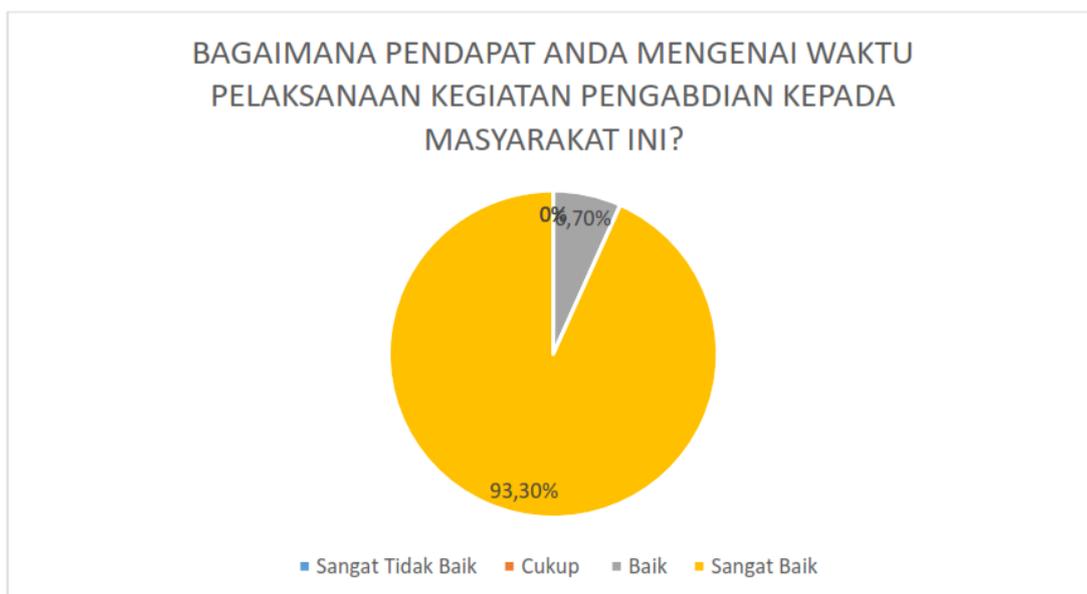
Gambar 3. Diagram Persentase Peserta Kegiatan Berdasarkan Jenis Kelamin

Persentase terbesar yang mengikuti kegiatan ini berusia 41-50 tahun sebesar 26,70 % (Gambar 4).

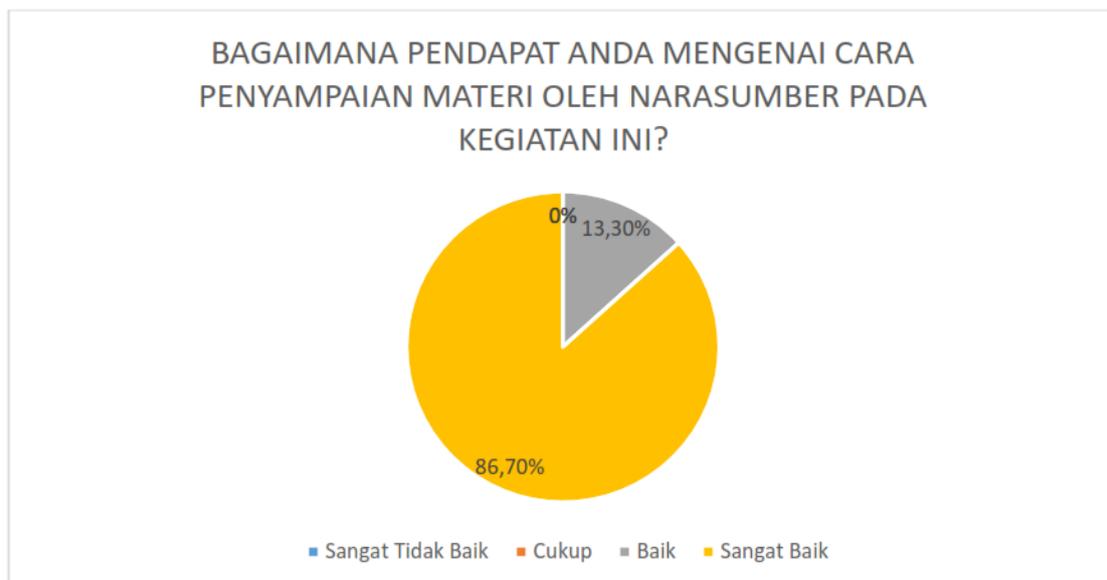


Gambar 4. Diagram Persentase Peserta Kegiatan Berdasarkan Usia

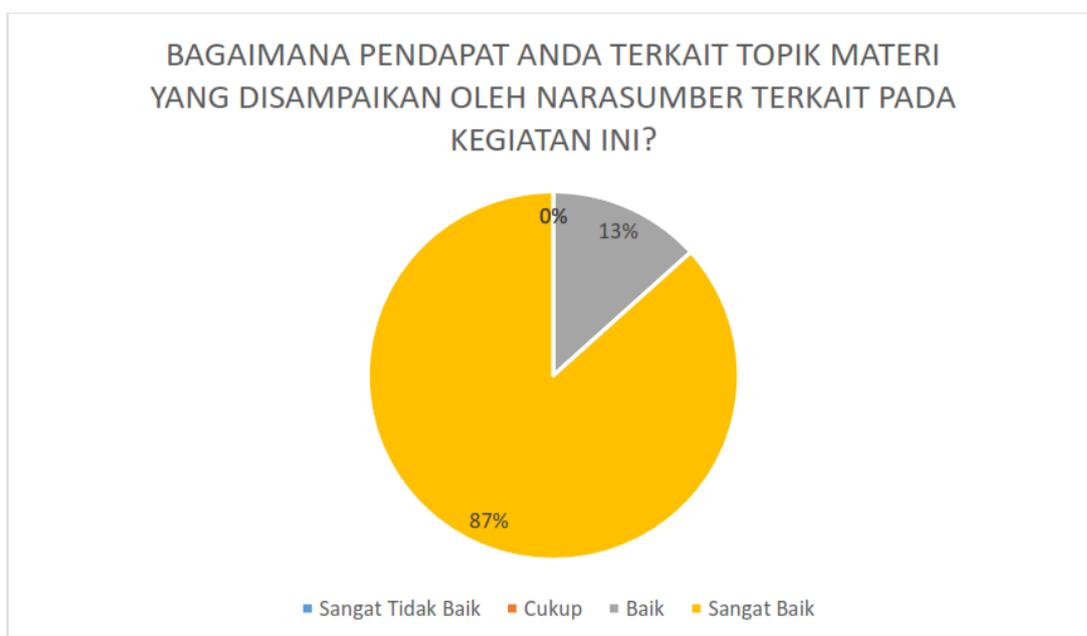
Hasil evaluasi penilaian peserta menunjukkan persentase terbesar berupa hasil yang sangat baik terhadap pelaksanaan kegiatan baik dalam hal waktu pelaksanaan seperti yang disajikan pada Gambar 5, cara penyampaian materi oleh narasumber seperti disajikan pada Gambar 6, topik materi seperti yang disajikan pada Gambar 7 dan penyelenggaraan acara kegiatan secara keseluruhan seperti yang disajikan pada Gambar 8.



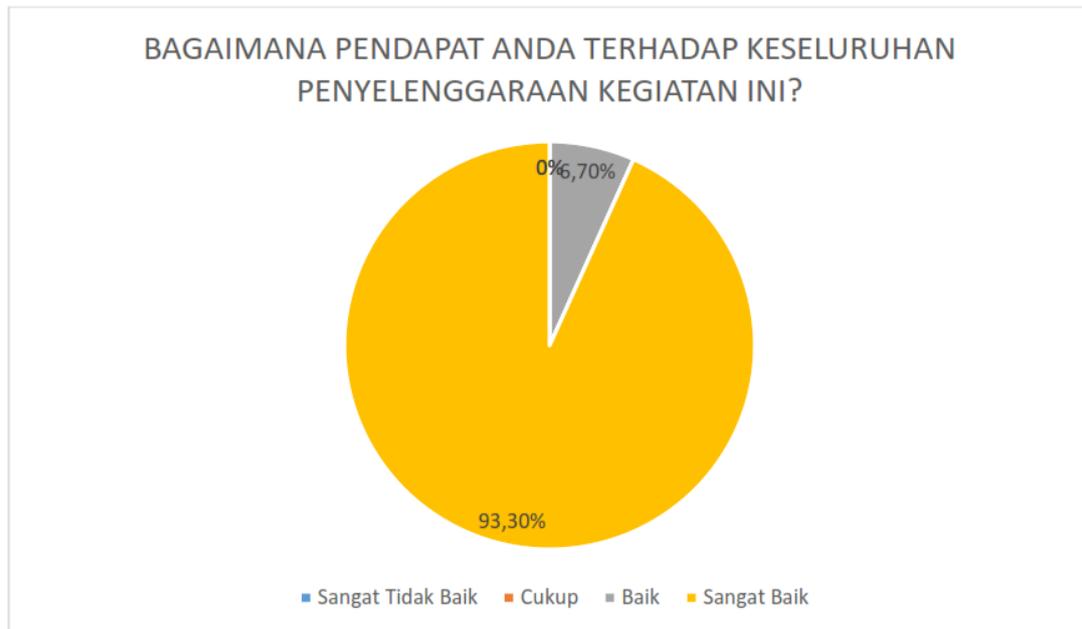
Gambar 5. Hasil Evaluasi Tentang Waktu Pelaksanaan Kegiatan



Gambar 6. Hasil Evaluasi Tentang Penyampaian Materi oleh Narasumber



Gambar 7. Hasil Evaluasi Tentang Topik Materi yang Disampaikan oleh Narasumber



Gambar 8. Hasil Evaluasi Tentang Keseluruhan Penyelenggaraan Kegiatan

4. KESIMPULAN

Pemberian edukasi pada masyarakat dalam program kemitraan masyarakat stimulus (PKMS) memberikan wawasan ilmiah yang bernilai positif dalam pemahaman agar bijak menggunakan suplemen dalam masa pandemi COVID-19 dan adanya pengetahuan terkait tanaman-tanaman yang mempunyai aktivitas sebagai imunomodulator.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih melalui Hibah Pengabdian Kepada Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Palangka Raya Tahun 2021 dengan nomor kontrak : 1055/UN24.9/KU/2021 dan Kelurahan Palangka Kota Palangka Raya serta berbagai pihak yang telah membantu pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Antari, N. P. U., Dewi, N. P. L. Y., Saputra, I. W. M., Prascitasari, N. A., Arkhania, N. P. A. D., Aswindari, N. N. Z., Juliari, N. P. H., Andarista, N. K. N., Kosalawa, A. A. N., Jayanti, N. K. A., Lestari, M. D., & Sangging, I. G. B. (2021). Korelasi antara Pemahaman Covid-19 dan Penggunaan Suplemen, Mahasiswa Fakultas Farmasi Universitas Mahasaraswati Denpasar. *Jurnal Ilmiah Medicamento*, 7(1), 1–16.
- Badan Pengawas Obat dan Makanan Republik Indonesia. (2020). *Bijak Manfaatkan Obat Herbal dan Suplemen Kesehatan untuk Daya Tahan Tubuh Menghadapi Pandemi COVID-19*.
- Hartanti, D., Dhiani, B. A., Charisma, S. L., & Wahyuningrum, R. (2020). The Potential Roles of Jamu for COVID-19: A Learn from the Traditional Chinese Medicine. *Pharmaceutical Sciences and Research*, 7(4), 12–22. <https://doi.org/10.7454/psr.v7i4.1083>

- Mukti, A. W. (2020). Hubungan Pengetahuan terhadap Perilaku Penggunaan Suplemen Kesehatan Warga Kebonsari Surabaya di Masa Pandemi Covid-19. *FARMASIS: Jurnal Sains Farmasi*, 1(1), 20–25.
- Notoatmodjo, S. (2012). Promosi kesehatan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ningsih, W. I. F., Yuniarto, A. E., Atmaka, D. R., Arinda, D. F., & Fajrina, H. (2021). Gambaran Konsumsi Suplemen dan Herbal pada Mahasiswa Sebelum dan Selama Pandemi Covid-19. *Jurnal Pangan, Kesehatan Dan Gizi*, 1(2), 1–8.
- Nurbaety, B., Rahmawati, C., Nopitasari, B. L., Qiyaam, N., Wardani, A. Kusuma, Pradiningsih, A., & Wahid, R. A. (2021). Edukasi bijak dalam memilih dan menggunakan suplemen pada masa pandemi covid-19. *SELAPARANG. Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 4(2), 469–472.
- Puspensos. (2020). Penyuluhan Melalui Media Sosial Tentang Pentingnya Optimalisasi Sistem Imunitas Tubuh : Guna memberantas COVID-19 dan DBD di Indonesia.
- Putri, R., N. (2020). Indonesia dalam Menghadapi Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 705–709. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.1010>
- Sampurno, M., B., T., Kusumandyoko, T.,C., & Islam, M. A. (2020). Budaya Media Sosial, Edukasi Masyarakat, dan Pandemi COVID-19. *SALAM: Jurnal Sosial Dan Budaya Syar-I*, 7(6), 529– 542. <https://doi.org/10.15408/sjsbs.v7i5.15210>
- Saragih, F. F., & Mesnan. (2017). Survey tingkat pengetahuan member fitness Kota Medan dalam mengkonsumsi suplemen. *Sains Olahraga: Jurnal Ilmiah Ilmu Olahraga*, 1(1), 40–51.
- Setiati, S., & Azwar, M. K. (2020). COVID-19 and Indonesia. *Acta Med Indones - Indones J Intern Med*, 52(1), 84–89.
- Sutaryono, S., Andasari, S. D., & Kasjono, H. S. (2020). Diagnosis and epidemiology of Coronavirus (COVID-19) outbreak in Indonesia. *Jurnal Teknologi Laboratorium*, 9(1), 49–57. <https://doi.org/10.29238/teknolabjournal.v9i1.222>
- Syapitri, H., Siregar, L. M., & Saragih, F. L. (2020). Pencegahan Penularan Covid19 Melalui Sosialisasi Dan Pembagian Masker Di Pasar Pringgan Medan. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 3(2), 422–429.
- World Health Organization*. (2020). WHO Director-General's remarks at the media briefing on 2019-nCoV on 11 February 2020.